

KOMPARASI KUALITAS HIDUP PENDUDUK PRA LANSIA MENURUT JENIS KELAMIN DI KELURAHAN TIMBANGAN KABUPATEN OGAN ILIR

Oleh :

Adelia Jesika¹⁾, Dian Sri Andriani²⁾, Azizah Husin³⁾

¹²³ Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya

¹email: delimacaramelatte@gmail.com

²email: diansriandriani@fkip.unsri.ac.id

³email: azizahhusin@fkip.unsri.ac.id

Informasi Artikel

Riwayat Artikel :

Submit, 16 Juli 2024

Revisi, 2 September 2024

Diterima, 6 September 2024

Publish, 15 September 2024

Kata Kunci :

Pendidikan,
Kualitas Hidup,
Pra Lansia,
Jenis Kelamin.

ABSTRAK

Keberhasilan pemerintah dalam melakukan pembangunan nasional. Terutama di bidang kesehatan mampu mendorong meningkatnya. Kualitas hidup manusia yang berdampak pada meningkatnya jumlah penduduk usia lanjut. Begitu pula yang terjadi di kabupaten Ogan Ilir presentase penduduk lansia mencapai 10,02% di tahun 2021. Maka dari itu, diperlukan persiapan yang harus dilakukan mulai dari usia pra lansia karena hal ini akan berpengaruh pada kualitas hidup penduduk di masa lansia nanti. Salah satu factor yang mempengaruhi kualitas hidup adalah jenis kelamin. Maka dari itu, peneliti tertarik untuk mengetahui perbedaan kualitas hidup penduduk pra lansia menurut jenis kelamin di kelurahan Timbangan. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif yang menggunakan pendekatan komparatif untuk membandingkan antarvariabel atau objek yang diteliti. Sampel penelitian adalah penduduk usia pra lansia (45-59 tahun) di kelurahan Timbangan sebanyak 143 responden. Hasil pengujian data menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kualitas hidup penduduk pra lansia menurut jenis kelamin di kelurahan Timbangan. Hal ini dapat dilihat dari hasil uji Mann Whitney yang dilakukan menunjukkan nilai Asymp. Sig (2-tailed) yang diperoleh sebesar $0.032 < 0.05$ sehingga H_a diterima.

This is an open access article under the [CC BY-SA](#) license



Corresponding Author:

Nama: Adelia Jesika

Afiliasi: Universitas Sriwijaya

Email: delimacaramelatte@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Keberhasilan pemerintah dalam melakukan pembangunan nasional terutama di bidang kesehatan dan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi mampu mendorong terjadinya peningkatan kualitas hidup dan harapan hidup masyarakat. Meningkatnya kualitas hidup masyarakat ini mengakibatkan jumlah penduduk lansia cenderung meningkat dari tahun ke tahunnya.

Peningkatan jumlah penduduk lansia ini akan mendorong suatu negara untuk memasuki era *aging population*. Proses penuaan penduduk atau *aging population* ini merupakan salah satu fenomena yang tidak dapat dihindari oleh negara-negara di dunia

termasuk Indonesia. Jumlah penduduk lansia yang terus meningkat disatu sisi dapat memberikan dampak positif bagi aspek sosial, ekonomi, dan lainnya apabila lansia tersebut berada pada keadaan yang baik dan sehat sehingga bisa terus memberikan kontribusi bagi pembangunan nasional. Sebaliknya, hal ini akan menjadi sebuah tantangan tersendiri karena besarnya jumlah lansia dapat menjadi beban apabila mereka mengalami penurunan kesehatan dengan tingkat disabilitas yang tinggi.

Presentase penduduk lanjut usia di Indonesia pada tahun 2015 sebesar 8,43% dan mengalami peningkatan pada tahun 2021 menjadi 10,82%. Peningkatan jumlah penduduk lansia juga terjadi di

provinsi Sumatera Selatan dan kabupaten Ogan Ilir. Namun, presentase penduduk lansia di kabupaten Ogan Ilir berada di atas presentase rata-rata provinsi Sumatera Selatan. Pada tahun 2021, presentase penduduk lansia di kabupaten Ogan Ilir sebesar 10,02% sedangkan di provinsi Sumatera Selatan 9,21%. Hal ini menunjukkan bahwa pada tahun 2021, struktur umur penduduk di kabupaten Ogan Ilir akan memasuki tahap penduduk usia tua/*aging population* (Andriani dkk., 2024).

Lanjut usia adalah periode penutup dalam perjalanan kehidupan manusia. Pada masa ini merupakan puncak dari perubahan-perubahan yang dialami oleh seorang individu baik secara fisik, sosial, dan lainnya. Masa lansia ini sering dipandang sebagai masa dimana seseorang berada dalam kondisi yang kurang produktif, kurang aktif, kurang menarik bila dibandingkan dengan masa sebelumnya. Masyarakat juga menganggap masa lanjut usia adalah masa yang tidak perlu dipersiapkan karena merasa bahwa masa ini sudah pasti akan dilalui sehingga akan berdampak pada masa lanjut usia. Dampaknya berupa kualitas penduduk yang kurang produktif dan tidak berdaya karena kurangnya persiapan dalam memasuki masa lanjut usia.

Sebelum memasuki masa lansia, tentunya manusia akan melalui terlebih dahulu masa pra lansia, yaitu masa seseorang berada pada rentang usia 45-59 tahun. Pada masa ini mulai terjadi perubahan-perubahan pada diri seseorang. Maka dari itu, diperlukan berbagai persiapan yang harus dilakukan menjelang masa lanjut usia karena akan berpengaruh pada kualitas hidup di masa lanjut usia nanti.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Setyoardi dalam (Agus, 2014) bahwa kualitas hidup lansia pria lebih tinggi dibandingkan dengan lansia wanita. Lansia pria secara signifikan lebih memiliki kualitas hidup yang lebih tinggi terutama pada aspek hubungan sosial, keadaan ekonomi, kondisi kehidupan, dan kesehatan, sedangkan wanita lansia memiliki nilai lebih tinggi pada aspek kesepian, ekonomi yang rendah dan kekhawatiran terhadap masa depan. Perbedaan gender ternyata memberikan andil yang nyata dalam kualitas hidup lansia.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Agus (2014) yang mengemukakan bahwa pada umumnya kondisi sosial dan ekonomi lansia pria lebih baik dibanding lansia wanita. Oleh karena itu, berdasarkan permasalahan yang ditemukan tersebut. Peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai perbedaan kualitas hidup penduduk pra lansia pada rentang usia 45-59 tahun berdasarkan jenis kelamin di kelurahan Timbangan ini.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan komparatif yang dimaksudkan untuk mengetahui perbandingan antarvariabel atau objek yang diteliti,

yaitu dalam hal ini perbandingan kualitas hidup penduduk pra lansia laki-laki dan pra lansia perempuan di kelurahan Timbangan kabupaten Ogan Ilir. Menurut Creswell (2013), penelitian kuantitatif merupakan metode-metode untuk menguji teori-teori tertentu dengan cara meneliti hubungan antarvariabel. Variabel-variabel ini biasanya diukur dengan menggunakan instrument tertentu, sehingga data yang terdiri dari angka-angka dapat dianalisis berdasarkan prosedur-prosedur statistik (Amruddin, 2022). Menurut Sugiyono (2013) dalam (Susilowati, 2017) mengungkapkan bahwa penelitian deskriptif adalah penelitian yang dilakukan untuk mengetahui nilai variabel mandiri atau lebih (independen) tanpa membuat perbandingan atau menggabungkan antara variabel yang satu dengan lainnya. Teknik pengumpulan data yang digunakan, yaitu teknik observasi dan angket/kuisisioner.

Menurut Sugiyono (2019:126), mengemukakan bahwa populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik sebelumnya (Suwarsa, 2021). Populasi penelitian adalah seluruh penduduk pra lansia dalam rentang usia 45-59 tahun di kelurahan Timbangan sedangkan sampel penelitian ini adalah penduduk pra lansia (usia 45-59 tahun) di kelurahan Timbangan sebanyak 143 responden yang terdiri atas 70 responden laki-laki dan 73 responden perempuan. Instrument yang digunakan adalah angket/kuisisioner. Kuisisioner merupakan instrument penelitian yang umumnya digunakan untuk penelitian dengan pendekatan kuantitatif. Kuisisioner tersebut berisi pertanyaan atau pernyataan yang disusun sedemikian rupa tentang variabel penelitian (Purwanto, 2018).

Kuisisioner dalam penelitian ini digunakan untuk mengukur kualitas hidup penduduk berdasarkan empat dimensi kualitas hidup yang ditetapkan oleh WHOQOL. Adapun analisis data yang digunakan adalah menggunakan uji Mann Whitney untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan kualitas hidup antara penduduk pra lansia laki-laki dan penduduk pra lansia perempuan di kelurahan Timbangan.

Teknik analisis data yang digunakan, yaitu terdiri atas: Pertama, *Editing* merupakan upaya yang dilakukan untuk memeriksa kembali data yang telah dikumpulkan. *Editing* dapat dilakukan pada tahap pengumpulan data atau setelah data selesai dikumpulkan. Peneliti mengecek kembali setiap data dan jawaban dari setiap pertanyaan pada kuisisioner yang telah dikumpulkan sebelumnya (Payumi, 2021). Pada penelitian ini tahap editing dilakukan dengan melakukan pengecekan pada angket yang telah dijawab oleh responden.

Kedua, Tabulasi adalah memasukkan data ke dalam tabel sesuai dengan tujuan penelitian atau yang diinginkan oleh peneliti (Hariyanto dkk., 2018). Hal ini dilakukan untuk memudahkan pada proses

analisis data. Tabel-tabel yang dibuat tersebut sebaiknya dapat meringkas data agar mudah diproses. Pada penelitian ini proses tabulasi dilakukan dengan memasukkan data yang didapat dari jawaban responden ke dalam tabel-tabel di Ms. Excel untuk kemudian diolah lebih lanjut.

Ketiga, Pemberian skor (penskoran) merupakan kegiatan pemberian angka pada setiap butir pertanyaan/pernyataan yang terdapat dalam angket. Adapun pemberian skor dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala likert.

Menurut Sugiyono (2014:132) skala likert adalah skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Teknik ini dinilai efektif membuktikan efektifitas dari bidang yang dibahas dan dengan responden yang tersedia bisa menghasilkan hasil penelitian yang baik (Kurniawati, 2020). Adapun skala likert yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

Tabel 1. Pemberian Skor

Respon	Skor	
	Positif	Negatif
Sangat Setuju (SS)	5	1
Setuju (S)	4	2
Cukup	3	3
Tidak Setuju (TS)	2	4
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

Ada dua bentuk pertanyaan yang menggunakan likert yaitu pertanyaan positif untuk mengukur minat positif, dan bentuk pertanyaan negative untuk mengukur minat negatif (Taluke dkk., 2019). Selanjutnya kegiatan analisis data dilakukan untuk mencari presentasi mengenai kualitas hidup penduduk pra lansia di kelurahan Timbangan, maka diperlukan kategori dalam penelitian dengan cara menghitung skor maksimal dan skor minimal berdasarkan skala likert guna mendapatkan nilai interval. Maka diperoleh :

$$\begin{aligned} \text{Skor maksimal} &= \text{jumlah item soal} \times \text{skor tertinggi} \\ &= 23 \times 5 \\ &= 115 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Skor minimal} &= \text{jumlah item soal} \times \text{skor terendah} \\ &= 23 \times 1 \\ &= 23 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Interval} &= \frac{\text{skor maksimal} - \text{skor minimal}}{\text{jumlah kategori}} \\ &= \frac{115 - 23}{5} \\ &= 18,4 \end{aligned}$$

Selanjutnya, menentukan jenis deskriptif yang akan diperoleh masing-masing indikator dan menafsirkannya ke dalam kalimat. Tingkat kategori setiap indikator akan diperoleh melalui perhitungan setiap rata-rata jawaban dominan pada setiap indikator, maka skor yang diperoleh dalam bentuk presentase (%) dapat dirumuskan dalam tabel kategori menurut (Sugiyono, 2016) sebagai berikut:

Tabel 2. Kategori Presentase

Skor	Presentase	Kategori
94,875-115	85,2%-100%	Sangat Tinggi
80,615-97,75	70,1%-85%	Tinggi

63,595-80,5	55,3%-70%	Cukup Tinggi
46,23-63,25	40,2%-55%	Sedang
28,75-46	25%-40%	Rendah

Sumber : Sugiyono (2016)

Keempat, Uji normalitas adalah untuk menguji apakah variabel independen dan variabel dependen berdistribusi normal atau tidak (Sahir, 2021). Uji normalitas merupakan syarat mutlak yang harus dipenuhi untuk melakukan analisis statistik parametrik (*uji independent sample t-test*). Dalam statistik parametrik, ada dua macam uji normalitas yang sering digunakan yaitu *uji Kolmogorov smirnov* atau *uji Shapiro wilk*. *Uji Kolmogorov smirnov* digunakan apabila data berjumlah lebih dari 50 sedangkan apabila data kurang dari 50 maka menggunakan *uji Shapiro wilk*. Dalam penelitian ini data yang digunakan berjumlah 143 sehingga uji normalitas yang akan digunakan yaitu *uji Kolmogorov smirnov*. Adapun dasar pengambilan keputusan yang digunakan yaitu:

1. Jika nilai sig. > 0,05, maka data berdistribusi secara normal.
2. Jika sig. < 0,05, maka data berdistribusi secara tidak normal.

Kelima, Uji homogenitas merupakan uji syarat yang dilakukan untuk mengetahui apakah suatu varians data dari dua atau lebih kelompok memiliki varian yang bersifat homogen atau tidak. Uji homogenitas ini menjadi salah satu syarat untuk melakukan *uji independent sample t-test* tetapi bukan syarat mutlak. Dalam penelitian ini, uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui apakah varian data pada kelompok jenis kelamin laki-laki dan jenis kelamin perempuan bersifat homogen atau tidak.

Menurut Joko Widiyanto (2010:51) dasar atau pedoman pengambilan keputusan dalam uji homogenitas adalah sebagai berikut.

- a. Jika nilai sig. > 0,05, maka data tersebut bersifat homogen.
- b. Jika nilai sig < 0,05, maka dapat dikatakan varians data tersebut tidak homogen.

Keenam, Adapun teknik analisis yang digunakan untuk mengkomparasikan atau membandingkan apakah terdapat perbedaan antara kualitas hidup penduduk pra lansia berdasarkan jenis kelaminnya dapat dilakukan dengan melakukan uji T-Independent sample T-test atau uji paired sample t-test apabila data berdistribusi normal sedangkan apabila data tidak berdistribusi normal dapat menggunakan uji wilcoxon atau uji mann whitney.

Setelah dilakukan uji normalitas yang menunjukkan bahwa terdapat salah satu data yang tidak berdistribusi secara normal, maka asumsi normalitas data tidak dapat terpenuhi sehingga untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan antara kualitas hidup penduduk pra lansia laki-laki dan penduduk pra lansia perempuan dapat dilakukan menggunakan uji mann whitney. Seperti halnya uji independent sample t-test, uji mann whitney ini juga dapat digunakan untuk melihat perbedaan rata-rata

dari data dua sampel yang tidak berpasangan. Dalam uji beda ini sampel yang digunakan tidak harus sama jumlahnya (Raharjo, 2021).

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah H_a = terdapat perbedaan kualitas hidup antara penduduk pra lansia laki-laki dan penduduk pra lansia perempuan. Adapun dasar acuan yang digunakan dalam uji mann whitney adalah sebagai berikut.

- Jika nilai Asymp. Sig (2-tailed) lebih kecil dari 0,05 maka hipotesis atau H_a diterima.
- Sebaliknya, jika nilai Asymp. Sig (2-tailed) lebih besar dari 0,05 maka hipotesis atau H_a ditolak.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini berisi tentang perbandingan kualitas hidup penduduk pra lansia menurut jenis kelamin di kelurahan Timbangan kabupaten Ogan Ilir. Penelitian ini dilakukan pada 143 responden yang terdiri atas 70 responden laki-laki dan 73 responden perempuan dengan menggunakan instrument angket yang digunakan untuk mengukur kualitas hidup penduduk berdasarkan empat dimensi, yaitu dimensi kesehatan fisik, hubungan sosial kesejahteraan psikologis, dan lingkungan.

Hasil dari instrument angket tersebut kemudian dihitung berdasarkan jawaban responden dengan skala likert yang terdiri dari 5 opsi jawaban yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Cukup (C), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Setiap jawaban tersebut akan diklasifikasikan berdasarkan pernyataan *favourable* dan *unfavourabel* kemudian diberikan nilai.

Tabel 3. Presentase Kualitas Hidup Penduduk Pra Lansia Menurut Jenis Kelamin Di Kelurahan Timbangan

Dimensi Kualitas Hidup	Presentase	
	Laki-Laki	Perempuan
Kesehatan Fisik	81,14	77,68
Hubungan Sosial	81,57	78,44
Kesejahteraan Psikologis	76,5	72,3
Lingkungan	78,85	75,13

Sumber : Data Primer (2024)

Berdasarkan tabel 1 di atas, dapat disimpulkan bahwa penduduk pra lansia laki-laki di kelurahan Timbangan memiliki presentase kualitas hidup yang lebih tinggi pada keempat dimensi kualitas hidup yang digunakan. Presentase paling tinggi terdapat pada dimensi hubungan sosial, yaitu sebesar 81,57% untuk pra lansia laki-laki dan 78,44% untuk pra lansia perempuan sedangkan presentase paling rendah terdapat pada dimensi kesejahteraan psikologis, yaitu sebesar 76,5% untuk pra lansia laki-laki dan 72,3% untuk pra lansia perempuan.

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas Data

N	A	Nilai p-value	Hipotesis
70 (L)	0.05	0.053	H_a
73 (P)	0.05	0.000	H_0

Sumber: Data Primer (2024)

Dari hasil uji tersebut dapat diketahui bahwa nilai sig. pada jenis kelamin laki-laki sebesar 0.053 >

0,05 maka data kualitas hidup pada jenis kelamin laki-laki berdistribusi normal. Sedangkan pada jenis kelamin perempuan nilai sig, yang diperoleh sebesar $0.000 < 0,05$ maka data kualitas hidup pada jenis kelamin perempuan tidak berdistribusi secara normal. Oleh karena data yang digunakan tidak berdistribusi secara normal maka pengujian hipotesis untuk mengetahui adanya komparasi antara kualitas hidup penduduk pra lansia laki-laki dan perempuan di kelurahan Timbangan dilakukan dengan menggunakan uji mann whitney.

Tabel 5. Hasil Uji Homogenitas

N	α	Nilai p-value	Hipotesis
143	0.05	0.701	H_a

Sumber: Data Primer (2024)

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui hasil nilai Sig. yang diperoleh sebesar $0.701 > 0.05$, maka dapat dikatakan bahwa varians data tersebut bersifat homogen. Data yang bersifat homogen ini berarti kedua kelompok data memiliki distribusi nilai yang sama dan memiliki karakteristik yang sama meskipun mendapat perlakuan yang berbeda.

Tabel 6. Hasil Uji Komparasi (Uji Mann Whitney)

N	α	Nilai p-value	Hipotesis
143	0.05	0.032	H_a

Sumber: Data Primer (2024)

Berdasarkan pada tabel 2 yang menggunakan uji mann whitney menunjukkan bahwa data kualitas hidup penduduk pra lansia menurut jenis kelamin di kelurahan Timbangan memiliki nilai p-value sebesar 0.032 lebih kecil dari 0.05. Hal ini menunjukkan bahwa Hipotesis kerja diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan kualitas hidup penduduk pra lansia menurut jenis kelamin di kelurahan Timbangan Kabupaten Ogan Ilir.

Hasil penelitian ini diketahui bahwa terdapat perbedaan kualitas hidup penduduk pra lansia menurut jenis kelamin di kelurahan Timbangan kabupaten Ogan Ilir. Berdasarkan hasil analisis data angket diketahui bahwa penduduk pra lansia laki-laki memiliki presentase kualitas hidup yang lebih tinggi dari penduduk pra lansia perempuan pada semua dimensi kualitas hidup yaitu pada dimensi kesehatan fisik, penduduk pra lansia laki-laki memiliki presentase sebesar 81,14% sedangkan penduduk pra lansia perempuan sebesar 77,68%.

Dimensi kesehatan fisik adalah keadaan kesehatan yang mempengaruhi kemampuan seseorang dalam melakukan aktivitas sehari-hari yang penting untuk tahap perkembangan selanjutnya. Beberapa aspek kesehatan fisik meliputi aktivitas sehari-hari, kecanduan narkoba, prosedur medis, energi, kelelahan, mobilitas, nyeri dan ketidaknyamanan, tidur dan istirahat, serta kapasitas kerja (Hidayah dkk., 2019).

Dimensi kesehatan fisik pada penduduk pra lansia ini dilihat dari hasil pengisian angket yang

telah dilakukan oleh responden. Adapun beberapa hal yang menjadi indikator penilaian yaitu energi fisik yang dimiliki oleh penduduk pra lansia dalam melakukan aktivitasnya, kemampuan fisik pra lansia dalam menempuh perjalanan jauh atau bepergian, kemampuan dalam menjaga kesehatan menjelang masa lanjut usia, melakukan olahraga/aktivitas fisik secara teratur, menjaga pola makan dan makan makanan yang bergizi, melakukan pemeriksaan kesehatan ke dokter secara rutin, menjaga kebersihan dan merawat penampilan, menghindari kebiasaan buruk seperti merokok dan malas olahraga, serta menjaga hubungan seksual dengan pasangan.

Berdasarkan hasil analisis data kuisioner yang merupakan hasil presentase jawaban responden, diperoleh hasil bahwa dari 9 item pertanyaan yang diberikan pada 70 responden laki-laki dan 73 orang responden perempuan diketahui bahwa penduduk pra lansia laki-laki memiliki presentase yang lebih tinggi dibandingkan penduduk pra lansia perempuan pada setiap item pertanyaan dimensi kesehatan fisik, pada item pertama "Energi Fisik" responden laki-laki memperoleh presentase 75,14% sedangkan responden perempuan memperoleh presentase 69,86%. Pada item kedua "Bepergian" responden laki-laki memperoleh presentase 79,14% sedangkan responden perempuan sebesar 75,34%. Pada item ketiga "Menjaga Kesehatan" responden laki-laki memperoleh presentase 88,85% sedangkan responden perempuan sebesar 84,93%. Pada item keempat "Aktivitas Fisik" responden laki-laki memperoleh presentase 80,28% sedangkan responden perempuan sebesar 75,89%. Pada kelima "Menjaga Pola Makan" responden laki-laki memperoleh presentase 85,42% sedangkan responden perempuan sebesar 81,64%. Item keenam "Periksa Kesehatan" responden laki-laki memperoleh presentase 70% sedangkan responden perempuan sebesar 64,38%. Item ketujuh "Kebersihan & Penampilan" responden laki-laki memperoleh presentase 86% sedangkan responden perempuan sebesar 82,46%. Item kedelapan "Kebiasaan Buruk" responden laki-laki memperoleh presentase 81,42% sedangkan responden perempuan sebesar 77,53%. Item kesembilan "Hubungan Seksual" responden laki-laki memperoleh presentase 84% sedangkan responden perempuan sebesar 78,90%.

Berdasarkan beberapa hal di atas didapat bahwa secara keseluruhan baik penduduk pra lansia laki-laki maupun perempuan sudah melakukannya dengan cukup baik. Hal ini dapat dibuktikan dengan presentase dimensi kesehatan fisik yang dimiliki tergolong cukup tinggi. Akan tetapi, tidak dapat dipungkiri bahwa masih terdapat juga penduduk pra lansia yang masih belum melakukan hal-hal tersebut dengan baik seperti masih belum mulai melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin, belum rutin berolahraga, serta belum terlalu memperhatikan pola makan yang dikonsumsi. Pada dimensi hubungan sosial, penduduk pra lansia memiliki presentase

sebesar 81,57% sedangkan penduduk pra lansia perempuan sebesar 78,44%.

Dimensi hubungan sosial penduduk pra lansia ini dapat terlihat dari beberapa indikator yang telah dicantumkan didalam instrument angket penelitian. Adapun beberapa indikator dalam dimensi hubungan sosial yaitu, kemampuan penduduk pra lansia dalam menjalin relasi atau persahabatan dengan orang di sekitar, keberadaan keluarga, teman, dan orang-orang yang disayangi dekat secara fisik, kemampuan dalam menjaga keharmonisan dalam keluarga, adanya dukungan sosial dan bantuan yang datang dari lingkungan sekitar, serta kehadiran banyak orang untuk menikmati hidup bersama dengan penduduk pra lansia tersebut.

Berdasarkan hasil analisis data angket kuisioner pada dimensi hubungan sosial diperoleh hasil bahwa dari 6 item pertanyaan yang diberikan pada 70 responden laki-laki dan 73 orang responden perempuan diketahui bahwa penduduk pra lansia laki-laki memiliki presentase yang lebih tinggi dibandingkan penduduk pra lansia perempuan pada setiap item pertanyaan dimensi hubungan sosial, pada item pertama "Kepedulian" responden laki-laki memperoleh presentase 79,42% sedangkan responden perempuan memperoleh presentase 78,08%. Pada item kedua "Persahabatan" responden laki-laki memperoleh presentase 76,57% sedangkan responden perempuan sebesar 73,42%. Pada item ketiga "Perhatian & Kasih Sayang" responden laki-laki memperoleh presentase 84% sedangkan responden perempuan sebesar 81,91%. Pada item keempat "Menikmati Hidup" responden laki-laki memperoleh presentase 78% sedangkan responden perempuan sebesar 72,32%. Pada kelima "Kedekatan Keluarga" responden laki-laki memperoleh presentase 78,57% sedangkan responden perempuan sebesar 73,42%. Item keenam "Keharmonisan" responden laki-laki memperoleh presentase 92,85% sedangkan responden perempuan sebesar 91,50%.

Berdasarkan data tersebut, secara keseluruhan penduduk pra lansia baik laki-laki dan perempuan sudah mampu melakukannya dengan baik. Penduduk pra lansia di kelurahan Timbangan ini sebagian besar sudah mampu menjalin hubungan persahabatan dengan orang-orang dilingkungan sekitarnya, mendapatkan bantuan atau dukungan sosial dari lingkungan sekitar serta mampu menjaga keharmonisan hubungan dengan keluarga maupun teman.

Membangun hubungan sosial, aktivitas, dan berpartisipasi dalam kegiatan di lingkungan sosial merupakan Faktor eksternal yang datang dari interaksi individu dengan komunitas disekitarnya, kualitas interaksi, kualitas hubungan akan membantu penduduk pra lansia dalam mengembangkan peran-peran dalam masyarakat dan meningkatkan kualitas hidupnya. Penduduk pra lansia yang memiliki kualitas dan kuantitas interaksi dan hubungan sosial yang baik dengan orang-orang sekitarnya akan

mengalami kepuasan dalam kehidupannya (Kiling, 2019).

Pada dimensi kesejahteraan psikologis, penduduk pra lansia laki-laki memiliki presentase sebesar 76,5% sedangkan penduduk pra lansia perempuan sebesar 72,3%.

Dilihat dari hasil analisis data kuisioner pada dimensi kesejahteraan psikologis dapat diketahui bahwa penduduk pra lansia laki-laki memiliki presentase yang lebih tinggi dibandingkan penduduk pra lansia perempuan pada setiap item pertanyaan dimensi Kesejahteraan Psikologis, pada item pertama "Penerimaan Diri" responden laki-laki memperoleh presentase 85,71% sedangkan responden perempuan memperoleh presentase 83,01%. Pada item kedua "Perasaan Beruntung" responden laki-laki memperoleh presentase 71,71% sedangkan responden perempuan sebesar 67,94%. Pada item ketiga "Pandangan Positif" responden laki-laki memperoleh presentase 77,42% sedangkan responden perempuan sebesar 73,15%. Pada item keempat "Kegiatan Lain/Hobi" responden laki-laki memperoleh presentase 71,14% sedangkan responden perempuan sebesar 65,20%.

Dimensi kesejahteraan psikologis ini dapat dilihat dari beberapa hal yang dijadikan sebagai indikator dalam instrument angket yang digunakan. Beberapa indikator tersebut diantaranya yaitu, kemampuan penduduk pra lansia dalam menjalani hidupnya dengan apa adanya dan berusaha melakukan yang terbaik untuk hidupnya, adanya rasa syukur atau merasa beruntung terhadap kehidupan yang dimiliki, kecenderungan dalam melihat sisi positif dari setiap peristiwa yang dialami, dan kemampuan dalam melaksanakan kegiatan yang menjadi hobi atau kegemarannya dengan hal lain.

Kesejahteraan psikologis, kesejahteraan diri, serta kepuasan hidup merupakan faktor internal yang menekankan kepada faktor psikis, hal ini akan bersifat subjektif, serta melambangkan persepsi pikiran terhadap kehidupan yang dijalani oleh pra lansia. Kesehatan psikologis ini akan membawa pra lansia ke dalam pemikiran-pemikiran positif yang pada ujungnya akan berdampak pada penilaian bahwa dirinya memiliki kualitas hidup yang baik (Kiling, 2019).

Sesuai dengan konsep teori kepuasan hidup yang dikemukakan oleh Suardiman (2010:185) bahwa kesejahteraan psikologis pra lansia dipengaruhi oleh gaya hidup aktif, di masyarakat pada umumnya pra lansia pria lebih banyak mempunyai peran di masyarakat daripada pra lansia wanita yang perannya di masyarakat lebih terbatas. Perbedaan peranan di masyarakat antara pra lansia pria dan pra lansia wanita menyebabkan terjadinya perbedaan pencapaian kualitas hidupnya (Agus, 2014).

Pada dimensi lingkungan penduduk pra lansia laki-laki memiliki presentase 78,85% sedangkan penduduk pra lansia perempuan sebesar 75,13%.

Keadaan lingkungan hidup ini merupakan faktor eksternal yang datang dari keadaan lingkungan sekitar secara umum, status sosio-demografik, kondisi alam, kondisi ekonomi serta budaya yang ada di lingkungan sekitar yang mempengaruhi kualitas hidup pra lansia. Keadaan lingkungan hidup yang baik dan kondusif akan membantu pra lansia menciptakan persepsi atas kehidupan yang baik pula. Pra lansia yang tinggal dalam keadaan tempat tinggal dan lingkungan yang baik tentunya akan menunjang aktivitas didalamnya serta menciptakan perasaan-perasaan positif dan akan berdampak pada peningkatan kualitas hidup penduduk pra lansia (Kiling, 2019).

Dimensi lingkungan dalam menilai kualitas hidup penduduk pra lansia dapat dilihat dari beberapa indikator yang telah dicantumkan dalam instrument angket yaitu, adanya perasaan aman dengan tempat tinggal yang ditempati, adanya toko, layanan, dan fasilitas yang bagus disekitar lingkungan tempat tinggal, adanya rasa senang ketika berada di rumah, dan memiliki tetangga atau orang sekitar yang ramah dan berhubungan baik.

Berdasarkan analisis data kuisioner pada dimensi lingkungan dapat diketahui penduduk pra lansia laki-laki memiliki presentase yang lebih tinggi dibandingkan penduduk pra lansia perempuan pada setiap item pertanyaan dimensi lingkungan, pada item pertama "Perasaan Aman" responden laki-laki memperoleh presentase 78% sedangkan responden perempuan memperoleh presentase 74,24%. Pada item kedua "Layanan & Fasilitas" responden laki-laki memperoleh presentase 78,57% sedangkan responden perempuan sebesar 75,61%. Pada item ketiga "Perasaan Senang" responden laki-laki memperoleh presentase 76,57% sedangkan responden perempuan sebesar 70,68%. Pada item keempat "Tetangga Ramah" responden laki-laki memperoleh presentase 82,28% sedangkan responden perempuan sebesar 80%.

Selain itu, dapat diketahui juga bahwa penduduk pra lansia laki-laki dan perempuan sama-sama memiliki presentase paling tinggi pada dimensi hubungan sosial dan presentase paling rendah pada dimensi kesejahteraan psikologisnya.

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan dengan menggunakan uji mann whitney diperoleh hasil nilai Asymp. Sig (2-tailed) yang diperoleh sebesar $0.032 < 0.05$. berdasarkan hasil uji tersebut maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa terdapat perbedaan kualitas hidup antara penduduk pra lansia laki-laki dan penduduk pra lansia perempuan.

Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Agus & Adromeda (2014) yang mendeskripsikan adanya perbedaan *successful aging* yang signifikan antara penduduk lansia laki-laki dan perempuan. Perbedaan ini terjadi karena perubahan-perubahan yang terjadi baik pada lansia pria maupun lansia perempuan, perubahan yang terjadi dalam tiap

aspek *successful aging* menyebabkan adanya perubahan fisik maupun psikis, tidak semua lansia pria mengalami *andropause* sedangkan pada lansia perempuan mengalami *menopause*. Selain itu, juga terjadi perubahan kondisi sosial ekonomi, pada umumnya kondisi sosial ekonomi lansia pria lebih baik dibandingkan lansia perempuan. Perubahan-perubahan inilah yang menyebabkan adanya perbedaan *successful aging*.

Masa usia lanjut seringkali ditandai dengan adanya penurunan produktivitas dalam bekerja, memasuki masa pensiun atau berhenti bekerja. Sedangkan disisi lain, usia lanjut dihadapkan pada berbagai kebutuhan yang semakin meningkat seperti kebutuhan akan makanan bergizi seimbang, pemeriksaan kesehatan secara rutin, kebutuhan sosial dan rekreasi, dan masih banyak lagi kebutuhan lainnya. Meskipun begitu tidak semua penduduk usia lanjut mengalami penurunan kualitas. Masih terdapat populasi usia lanjut yang masih produktif, aktif, dan sehat (Widowati dkk, 2022).

Dilihat dari hasil penelitian yang dilakukan, penduduk pra lansia di kelurahan Timbangan memiliki tingkat kesehatan fisik yang cukup tinggi, yaitu penduduk pra lansia memiliki presentase kesehatan fisik sebesar 81,14% sedangkan penduduk pra lansia perempuan memiliki presentase yang lebih rendah sebesar 77,68%. Dari 9 item pertanyaan yang digunakan untuk mengukur presentase pada dimensi kesehatan fisik ini salah satu item yang mendapatkan presentase terendah adalah indikator pemeriksaan kesehatan, yaitu sebesar 70 % untuk penduduk pra lansia laki-laki dan 64,38% untuk penduduk pra lansia perempuan.

Hal ini menunjukkan bahwa masih terdapat 30-40 % penduduk pra lansia yang masih belum melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin. Padahal melakukan pemeriksaan kesehatan merupakan salah satu hal yang penting dilakukan dalam mempersiapkan diri memasuki masa lansia karena penurunan kesehatan fisik, tentu juga akan menurunkan kemandirian individu berusia lanjut untuk melakukan tugas dan aktivitasnya sehari-hari (Nuriyanah dkk, 2022).

Persiapan menuju masa lanjut juga harus diiringi dengan meningkatkan kualitas psikologis dengan melakukan berbagai kegiatan positif, seperti mengikuti kelompok sosial atau melakukan kegiatan yang menyenangkan dan bermanfaat lainnya. Berdasarkan hasil penelitian pada dimensi kesejahteraan psikologis menunjukkan presentase yang paling rendah dibandingkan dimensi lainnya, yaitu sebesar 76,5% untuk penduduk pra lansia laki-laki dan 72,3% untuk penduduk pra lansia perempuan. Rendahnya presentase tersebut dikarenakan masih kurangnya tingkat penerimaan diri, kurangnya perasaan beruntung pada diri penduduk pra lansia, dan juga penduduk pra lansia masih banyak yang belum memanfaatkan waktu luangnya untuk kegiatan hobi atau kegiatan positif

lainnya. Padahal dengan mengikuti kegiatan positif atau melakukan hobi dapat menghilangkan rasa kesepian dan juga membantu dalam meningkatkan energi positif dalam diri penduduk pra lansia.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengujian data menggunakan uji mann whitney yang menunjukkan hasil yang diperoleh sebesar $0,032 < 0,050$ maka dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan kualitas hidup antara penduduk pra lansia laki-laki dan penduduk pra lansia perempuan di kelurahan Timbangan. Hasil ini juga diperkuat oleh perbedaan mean/rata-rata dari kedua sampel, yaitu penduduk pra lansia berjenis kelamin laki-laki lebih unggul 4,071 dari penduduk pra lansia perempuan. Adapun yang menjadi indikator pengukuran kualitas hidup pada penduduk pra lansia di kelurahan Timbangan ini, yaitu terdiri dari dimensi kesehatan fisik, hubungan sosial, kesejahteraan psikologis, lingkungan. Presentase tertinggi terletak pada dimensi kesehatan fisik, penduduk pra lansia laki-laki memiliki presentase sebesar 81,14%, sedangkan penduduk pra lansia perempuan sebesar 77,68%. Presentase terendah terdapat pada dimensi kesejahteraan psikologis, penduduk pra lansia laki-laki memiliki presentase sebesar 76,5% sedangkan penduduk pra lansia perempuan sebesar 72,3%.

Berdasarkan simpulan di atas, maka peneliti mengajukan saran sebagai berikut:

1. Kepada penduduk pra lansia di kelurahan Timbangan diharapkan dapat lebih meningkatkan kualitas hidupnya pada dimensi kesejahteraan psikologis yaitu dengan cara memperbanyak melakukan hal positif bagi fisik maupun mental, mencari *support system* yang mendukung, aktif bergerak dan berolahraga, membangun kesadaran dan focus, serta lebih menghargai diri sendiri.
2. Kepada peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan topik penelitian ini menjadi lebih luas dikarenakan penelitian ini hanya berfokus untuk mengkomparasikan kualitas hidup penduduk pra lansia berdasarkan jenis kelamin, sehingga peneliti selanjutnya dapat melihat dari aspek yang lainnya seperti latar belakang pendidikan atau pekerjaan penduduknya.

5. REFERENSI

- Agus, A. D., & Andromeda. (2014). Perbedaan Successful Aging Pada Lansia Ditinjau Dari Jenis Kelamin. *Intuisi Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(2). 85-91.
- Akbar, Fredy dkk. (2021). Pelatihan dan Pendampingan Kader Posyandu Lansia di Kecamatan Wonomulyo. *Jurnal Abdidas*, 2(2), 392-397.
- Amruddin dkk. (2022). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Sukoharjo: Pradina Pustaka.
- Andriani, D. S., Putri, R. M., & Saputra, A. (2024). The Effect of Educational Background on The

- Quality of Life of The Pre-Elderly Population. *Jurnal Biometrika dan Kependudukan : In Press*, 13(1).
- Bunga, Beatriks Novianti Kiling dkk. (2019). Tinjauan Tempat Tinggal dan Jenis Kelamin Pada Kualitas Hidup Orang Usia Lanjut.
- Hariyanto dkk., (2018) Korelasi Kebersihan Botol Susu Dengan Kejadian Infeksi Saluran Pernafasan Akut (ISPA) Pada Bayi Usia 1-12 Bulan. *Jurnal Delima Harapan*.
- Hidayah, Nurul dkk. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Lansia di Yogyakarta.
- Kiling, I. Y., & Bunga, B. N. (2019). Pengukuran dan Faktor Kualitas Hidup Pada Orang Tua Lanjut. *Journal of Health and Behavioral Science*, 1(3), 149-165.
- Kurniawati, D. dkk. (2020). Penggunaan Skala Likert Untuk Menganalisa Efektivitas Registrasi Stakeholder Meeting: Exhibition Industry 2020. Seminar Nasional Terapan Administrasi Bisnis & MICE X.
- Payumi & Imanuddin, B. (2021) Hubungan Penerapan Sistem Informasi Terhadap Keberhasilan Program Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Di Wilayah Kerja Puskesmas Sepatan Tahun 2020. *Jurnal Health Sains*, 2(1)
- Priska, Bella dkk. (2020). The Relationship of Family Support with The Quality of Elderly Living in Sidomulyo Health Center Work Area in Pekanbaru Road. *Jurnal Proteksi Kesehatan*, 9(1), 1-8.
- Purwanto. (2018). *Teknik Penyusunan Instrumen Uji Validitas dan Realibilitas Penelitian Syariah*. Magelang: StaiaPress.
- Raharjo, Sahid . Contoh Kasus Uji Beda Mann Whitney Menggunakan SPSS. spssindonesia.com
- Susilowati. (2017). Kegiatan Humas Indonesia Bergerak di Kantor Pos Depok II Dalam Meningkatkan Citra Instansi Pada Publik Eksternal. *Jurnal Komunikasi*, VIII(2).
- Suwarsa, T., & Hasibuan, A. R. (2021). Pengaruh Pajak Restoran dan Pajak Hotel Terhadap Pendapatan Asli Daerah Kota Padangsidempuan Periode 2018-2020. *Jurnal Akuntansi*, 14(2).
- Taluke, D. dkk. (2019). Analisis Preferensi Masyarakat Dalam Pengelolaan Ekosistem Mangrove Di Pesisir Pantai Kecamatan Loloda Kabupaten Halmahera Barat.
- Widiyanto, Joko. 2010. SPSS for Windows untuk Analisis Data Statistik dan Penelitian. Surakarta: Badan Penerbit FKIP UMS.